



Ενημέρωση για τη λειτουργία του γραφείου Ολιστικής Μέριμνας στην Καστοριά

Η Ολιστική Μέριμνα του Πανεπιστημίου Δυτικής Μακεδονίας ενισχύει έμπρακτα την καθημερινότητα της πανεπιστημιακής κοινότητας, δημιουργώντας ένα ολοκληρωμένο πλαίσιο δράσεων που προάγει την ευεξία, τη συμμετοχή, τη δημιουργικότητα και την κοινωνική σύνδεση.

Με σταθερό προσανατολισμό στον άνθρωπο και στις σύγχρονες ανάγκες της πανεπιστημιακής ζωής, αναπτύσσει αθλητικές, πολιτιστικές και εθελοντικές δράσεις. Το γραφείο της Ολιστικής Μέριμνας το οποίο συντονίζει και οργανώνει τις σχετικές δράσεις, συμβάλλοντας στη διαμόρφωση ενός ενεργού, υποστηρικτικού και συμμετοχικού πανεπιστημιακού περιβάλλοντος.

Για το τρέχον ακαδημαϊκό έτος 2026-2027 έχουν ξεκινήσει οι κάτωθι αθλητικές και πολιτιστικές δράσεις στην πόλη της Καστοριάς:



Παράλληλα, στο πλαίσιο της Ολιστικής Μέριμνας προσφέρονται και δωρεάν δράσεις, δίνοντας τη δυνατότητα στα μέλη της πανεπιστημιακής κοινότητας να συμμετέχουν χωρίς οικονομική επιβάρυνση.

Οι δωρεάν δράσεις συμπληρώνουν το συνολικό πρόγραμμα της Ολιστικής Μέριμνας και διευρύνουν τις επιλογές συμμετοχής σε αθλητικές, πολιτιστικές και δημιουργικές δραστηριότητες, ενισχύοντας την εξωστρέφεια, την κοινωνική αλληλεπίδραση και την ενεργό συμμετοχή στην πανεπιστημιακή ζωή.

Οι δράσεις της Ολιστικής Μέριμνας στην Καστοριά

Στο πλαίσιο του προγράμματος της Ολιστικής Μέριμνας για το ακαδημαϊκό έτος 2026–2027, στην πόλη της Καστοριάς προσφέρεται ένα διευρυμένο σύνολο αθλητικών, πολιτιστικών και δημιουργικών δράσεων, δίνοντας στα μέλη της πανεπιστημιακής κοινότητας τη δυνατότητα να επιλέξουν ανάλογα με τα ενδιαφέροντα και τις ανάγκες τους.

Συγκεκριμένα, οι διαθέσιμες δράσεις στην Καστοριά είναι:

1. Κωπηλασία
2. Όργανα Γυμναστικής
3. Ομάδα Handball
4. Booklab Εργαστήριο Βιβλίου (εξ αποστάσεως)
5. Ομάδα Ορειβασίας
6. Ομάδα Φωτογραφίας
7. Μουσική Ομάδα
8. Θεατρική Ομάδα
9. Σκάκι (εξ αποστάσεως)

Στην αφίσα που ακολουθεί παρουσιάζονται αναλυτικά οι διαθέσιμες επιλογές συνδρομής, το κόστος συμμετοχής, η διάρκεια των συνδρομών, καθώς και οι σχετικές πληροφορίες πληρωμής.



Στο πλαίσιο των παρεχόμενων δράσεων της Ολιστικής Μέριμνας στην Καστοριά, η χρήση των **Οργάνων Γυμναστικής και η Κωπηλασία** αποτελούν δράσεις με καθορισμένο κόστος συμμετοχής για το ακαδημαϊκό έτος 2026–2027. Οι υπόλοιπες αθλητικές και πολιτιστικές δράσεις της Ολιστικής Μέριμνας στην Καστοριά **παρέχονται δωρεάν**.

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΔΥΤΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ
ΟΛΙΣΤΙΚΗ ΜΕΡΙΜΝΑ

Κόστος Συμμετοχής στις Δράσεις της Ολιστικής Μέριμνας

Όργανα Γυμναστικής

Γρεβενά • Καστοριά • Καζάνη • Πτολεμαίδα • Φλώρινα

Κατηγορία	Εξαμηνιαία συνδρομή Αποφάσισή από 1/9/2026 έως 31/7/2027 και από 1/2/2027 έως 30/6/2027	Ετήσια συνδρομή* (~20%)
Προπτυχιακοί/ές, μεταπτυχιακοί/ές φοιτητές/τριες και υποψήφιοι/ες διδάκτορες	25 €	40 €
Υπόλοιπο ανθρώπινο δυναμικό ΠΔΜ	50 €	80 €
Εξωτερικοί χρήστες	50 €	80 €

* Η ετήσια συνδρομή παρέχεται με έκπτωση 20% και προϋποθέτει εράπιαξ υποχρεωτική προπληρωμή.

Η δράση αυτή αφορά τη χρονική διάρκεια
από 1/9/2026 έως και 30/6/2027.

Τρόπος Πληρωμής
Κατάθεση στον παρακάτω τραπεζικό λογαριασμό:

Τράπεζα: Εθνική Τράπεζα της Ελλάδος
IBAN: GR61 0110 3770 0000 3775 4067 223
Επωνυμία: ΕΙΔΙΚΟΣ ΛΟΓΑΡΙΑΣΜΟΣ ΚΟΝΑΝΑΙΩΝ ΕΡΕΥΝ
(Company Name: EIBIKOS LOGARIASMOS KONDYLION EREYN)
Αυτολογία Κατάθεσης: Ονομαστικά Δράση_Πάλη
(π.χ. Γιόγκα_Καζάνη)

Αποστολή Αποδεικτικού

Μετά την κατάθεση,
παρακαλούμε απευθύνεστε
το αποδεικτικό πληρωμής στο:

wellbeing@uowm.gr

Αναφέρετε ονοματεπώνυμο,
δράση και πόλη.

Πληροφορίες

24510 68277
24610 68273
24510 68279

wellbeing@uowm.gr | holistic.uowm.gr

Ακολουθήστε μας

Holistic.uowm | @holistic.uowm

SCAN ME

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΔΥΤΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ - ΟΛΙΣΤΙΚΗ ΜΕΡΙΜΝΑ

Νέες δράσεις αναμένεται να προστίθενται καθ' όλη τη διάρκεια του ακαδημαϊκού έτους. Οι προσφερόμενες δράσεις απευθύνονται στα μέλη της πανεπιστημιακής κοινότητας, σύμφωνα με τους όρους συμμετοχής που ισχύουν για κάθε δράση.



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΔΥΤΙΚΗΣ
ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

ΟΛΙΣΤΙΚΗ ΜΕΡΙΜΝΑ

Για περισσότερες πληροφορίες και για τις φόρμες εγγραφής/συμμετοχής μπορείτε να επισκεφθείτε την ιστοσελίδα <https://holistic.uowm.gr/>.

Για πληροφορίες, υποστήριξη και επικοινωνία σχετικά με τις δράσεις της Ολιστικής Μέριμνας, μπορείτε να απευθύνεστε στα κατά τόπους σημεία εξυπηρέτησης:

Καστοριά | Κτήριο Α

Δίπλα στην Κεντρική Βιβλιοθήκη

Τηλ.: 24674 40002

Τσουμάνα Μαργαρίτα



Ηλεκτρονική επικοινωνία

Καστοριά: wellbeing3@uowm.gr

Μείνετε συνδεδεμένοι με την Ολιστική Μέριμνα:



Website: <https://holistic.uowm.gr/>



Facebook: <https://www.facebook.com/holistic.uowm/>



Instagram: <https://www.instagram.com/holistic.uowm/>



SCAN & DISCOVER

holistic.uowm.gr